 **J Í D E L N Í Č E K  Š J DOLNÍ**

**PONDĚLÍ**  Přesnídávka Chléb kmínový 1.1,1.2, šlehaná marmeláda 7, mléko 7, pomeranč

**7.7.2025**  Polévka Zeleninová polévka s amarantem 1.1,9

 Hlavní jídlo Špecle po boloňsku sypané sýrem 1.1,3,7, mošt jablečný

 Svačina Pšeničná veka 1.1,6, česneková s mrkví 7, bílá káva 1.2,1.3,7

**ÚTERÝ**  Přesnídávka Chléb Ondráš 1.1,1.2, pomazánkové máslo 7, rajče, mléčná káva 1.2,1.3,7, meloun

**8.7.2025** Polévka Čočková polévka 1.1,9 

 Hlavní jídlo Kuře po zahradnicku 1.1, dlouhozrnná rýže, džus pomerančový

 Svačina Chléb Křupák 1.1,1.2,1.3,7, pomazánka z ryb v tomatě 4,7, paprika, čaj černý s medem

**STŘEDA**  Přesnídávka Houska 1.1,6, máslo 7, kedluben, kakauko 7, jablko

**9.7.2025**  Polévka Cibulová s krutony 1.1,3,7

 Hlavní jídlo Smažené rybí filé 1.1,3,4,7, brambory vařené, salát rosso s rajčaty a jarní cibulkou, nápoj z arónie (černý jeřáb)

 Svačina Chléb žitný 1.1,1.2,6, pomazánka z taveného sýra s pórkem 7, mléčná káva 1.2,1.3,7

**ČTVRTEK** Přesnídávka Krupicová kaše se skořicí 1.1,7, mandarinka, čaj ovocný

**10.7.2025**  Polévka Drůbeží vývar s celestýnskými nudlemi a kudrnkou 1.1,3,7,9

 Hlavní jídlo Vepřový guláš 1.1, švédský chléb 1.1,1.2,1.3,6,7,11, džus jablečný

 Svačina Chléb slunečnicový 1.1,1.2,1.3,6,7,11, vajíčková pomazánka 3,7, paprika, ochucené mléko 7

**PÁTEK**  Přesnídávka Mléko + skořicové lupínky 1.1,7, jalbko

**11.7.2025** Polévka Mrkvová s quinoou 1.1,7

 Hlavní jídlo Hovězí pečeně na česneku 1.1, špenát dušený 1.1,3,7, lounský bramborový knedlík 1.1, džus jahodový

 Svačina Chléb pšenično-žitný 1, ajvarová pomazánka 7, čaj bylinkový

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  Jídelní lístek sestavila a schválila: Ivana Radková-vedoucí ŠJ / Miroslava Bartoňová-vedoucí kuchařka Pitný režim dodržován během celého dne - Ovoce a zelenina dle nabídky dodavatele - Změna jídelníčku a alergenů vyhrazena**STRAVA JE URČENA K OKAMŽITÉ SPOTŘEBĚ****SEZNAM ALERGENŮ**: **1 obiloviny obsahující lepek** (1.1 pšenice, 1.2 žito, 1.3 ječmen, 1.4 oves, 1.5 špalda, 1.6 kamut) a výrobky z nich,**2 korýši** a výrobky z nich,  **3 vejce** a výrobky z nich, **4 ryby** a výrobky z nich, **5 podzemnice olejná (arašídy)** a výrobky z nich,**6 sójové boby (sója)** a výrobky z nich, **7 mléko** a výrobky z něj, **8 skořápkové plody** (8.1mandle,8.2lískové ořechy, 8.3vlaš.ořechy, 8.4kešu, 8.5pekanové ořechy, 8.6para ořechy, 8.7pistácie,8.8makadamie) a výrobky z nich, **9 celer** a výrobky z něj,**10 hořčice** a výrobky z ní,**11 sezamová semena (sezam)**a výrobky z nich,**12 oxid siřičitý a siřičitany**, **13 vlčí bob (lupina)**a výrobky z něj, **14 měkkýši**a výrobky z nich, **AMARANT (laskavec jedlý)**: **superpotravina nabitá bílkovinami, vlákninou, vápníkem a železem, přirozeně bezlepková.** |   |   |